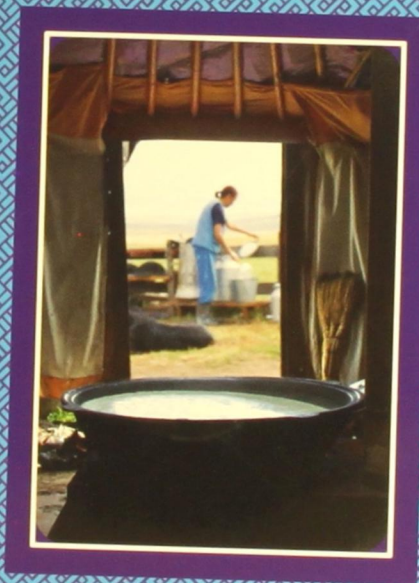


22-7409-5

НА ДОМ НЕ ВЫДАЕТСЯ

ТУВИНСКИЙ ТРАДИЦИОННЫЙ СТОЛ



22-07409

РЕСПУБЛИКА ТЫВА

И.В. Шейн, Г.Р. Змановский, А.Ш. Суктер

ТУВИНСКИЙ ТРАДИЦИОННЫЙ СТОЛ



Кызыл, 2022 г.



КДК 641.56(571.52)

ББК 6367

Ш 395

Ш395 Шейн И.В. Тувинский традиционный стол / И.В. Шейн, Г.Р. Змановский, А.Ш. Суктер. — Кызыл, 2022. — 328 с. ISBN — 978-5-98708-145-7

«Тувинский традиционный стол» — это описание основного набора, совокупности блюд и продуктов, используемых для питания в будни, праздники и в ритуалах, это все лучшее, что накоплено и сохранено за всю историю Тувы, это квинтэссенция тувинской гастрономии. В книге раскрывается не только история, рецептура и идея основных блюд, но и социокультурные традиции приготовления и потребления пищи.

Книга будет интересна всем, кто интересуется историей и гастрономией. Она может стать хорошим рабочим материалом для шеф-поваров, туристических агентов, ведущих праздничные застолья, контентных листовок и пояснительных записок для экскурсий и гастрономического сопровождения.

Книга издана в рамках пакетного продукт Правительства Республики Тыва в векторе международного гастрономического туризма.

ISBN 978-5-98708-145-7

© Шейн И.В., Змановский Г.Р., Суктер А.Ш. текст, 2022

© Куватов Н.А. оформление, 2022

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	7
Используемые сокращения	9
ТУВИНСКИЙ ТРАДИЦИОННЫЙ СТОЛ.....	11
ОСОБЕННОСТИ ТРАДИЦИОННОГО ПИТАНИЯ	12
Тувинский хозяйственный годовой цикл	12
БЕЛАЯ ПИЦА.....	17
Белая пицца	18
Молозиво	23
Хымыс	24
Каракталыр.....	26
Тарак	28
Хойтпак	29
Сыворотка	32
Быштак	33
Өреме	35
Чөөгей.....	37
Сливочное масло	38
Итпек	38
Кадык	39
Топлёное масло и его побочные продукты	41
Арага	45
Истоки дистилляции у кочевников	46
Типы перегонных аппаратов	48
Тувинский перегонный аппарат	50
Арага и другие продукты дистилляции	53
Традиции потребления араги	54



Божа	57
Ааржы	58
Курут	59
Шууруун итпээ	60
Ээжегей	61
Чөөжегей.....	62
Халимак.....	63
Чудан	65
Чөкпек	66
Черёмуховый чөкпек.....	66
Чөкпек с кандыком.....	67
Чөкпек с семенами горца живородящего.....	68
Чөкпек с пшеницей, ааржы и үүргене	69
Чөкпек с корнем горца живородящего.....	69
Чөкпек с мукой из сараны	70
Чөкпек с семенами подорожника	70
Чөкпек с ягодами шиповника.....	71
Тарнаний курил	72
ДОМАШНИЕ ЖИВОТНЫЕ.....	73
БАРАН.....	76
Упитанность	76
Забой.....	77
Свежевание	77
Разбор внутренностей и крови	78
Разбор пищеварительного тракта	78
Разбор туши	81
Приготовление баранины.....	86



КОЗА	87
КОРОВА	89
Упитанность	89
Забой и свежевание	89
Разбор внутренностей	90
Разбор туши	91
Приготовление говядины	92
ЛОШАДЬ	93
Упитанность	93
Забой	94
Свежевание и разбор туши	94
Разбор внутренностей	95
Приготовление конины	95
САРЛЫК	97
ВЕРБЛЮД	99
Упитанность	100
Забой	100
Свежевание и разбор туши	100
Разбор внутренностей	100
Приготовление верблюжатины	101
ОЛЕНЬ	101
Упитанность	102
Забой	102
Свежевание	102
Разбор внутренностей и туши	102
Приготовление оленины	104



ДИКИЕ ЖИВОТНЫЕ	105
Марал	106
Сохатый	108
Разделка туши	108
Обработка и приготовление внутренностей и мяса	109
Косуля.....	110
Приготовление косулятины	112
Кабарга	112
Северный олень	113
Козерог	113
Архар	114
Дзерен.....	114
Кабан	115
Медведь	116
Тарбаган	117
Белка.....	120
Птица	121
БЛЮДА ИЗ СУБПРОДУКТОВ.....	123
Согажа.....	124
Изиг-хан	126
Чумур.....	128
Дээскинчек	129
Мөөн	130
Чөреме.....	131
Кургулдай	132
Хаарган хан	133



Кыда	133
Саргыяк	134
Чавана	135
Легкие.....	136
БЛЮДА ИЗ МЯСА	137
Боодаг	138
Боодаг как запечённо-варёная туша	139
Боодаг как запеченная туша	140
Боодаг как запеченное в шкуре мясо	142
Боодаг как томлённая в яме туша.....	148
Боодаг как томлённый в яме фаршированный желудок	148
Боодаг как варенный в котле фаршированный желудок	150
Варёное мясо.....	151
Грудинка.....	151
Долганчык.....	152
Ужа	152
Бөктүрге	154
Ээгилер	154
Сокпак.....	154
Тырткан	155
Хом	156
Шиштээн эът	156
Буга	157
Голова барана и блюда из него	58
Жареное мясо	159
Курдюк.....	161



Хуужур	162
Хунгурул	162
МЯСО-ТЕСТЯНЫЕ БЛЮДА.....	163
Хуужуур	164
Манчы	165
Кулак манчы	165
Өрүүр манчы.....	166
Чартык манчы.....	166
Маңгырзын манчы	166
Буза	167
МЯСНЫЕ ЗАПАСЫ	169
Замороженное мясо и кровь.....	170
Хырбача	172
Үүже	174
Хеңме	175
Мясо на дооте	177
Дымлёное мясо	179
РИТУАЛЬНО-АДРЕСНЫЕ БЛЮДА И ПРОДУКТЫ	81
Молдурук.....	182
Оол савазы	183
Боостаа өс	183
Эмиг	183
Мясо для раздачи	184
Сартык	184
Чарын	186
Майылаа	186
БЛЮДА ИЗ РЫБЫ	187



Балык мүнү	189
Шийтээн балык	189
Хөмгөн балык	189
Чайма	191
Боржа	91
СУПЫ	193
Кара мүн	195
Далган үскен мүн	195
Харбачалыг мүн	195
Мандаң	196
Тоорап чиир	196
Көже	196
Тараа-шаар	197
Быдаа	197
Айлыг будаа	197
ЗЕРНОВОЕ И МУЧНОЕ	199
Просо	200
Ячмень	204
Пшеница	205
Далган	206
ХЛЕБОБУЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ	207
Боова	208
Хоорган далган	210
Көске хоорган далган	210
Быжырган далган	210
Хөмгөн далган	211
Пиң	211



Боорзак	212
Улдуң боова	214
Шуткумал	216
Шарбың	216
Таты-самбаа	217
Чочак	217
ДИКИЕ РАСТЕНИЯ	219
Ягода	220
Черёмуха	220
Облепиха	222
Орех кедровый	224
Сарана	226
Хөмген ай	227
Карай	227
Быжай	228
Айлыгбай	228
Кандык.....	229
Бестигбей	230
Ревень	231
Пион	231
Гречишка живородная	232
Үүргэне	233
Майырак	235
Майырактан шай	236
Кичигене	236



ПРЯНЫЕ И ОСТРОВКУСОВЫЕ РАСТЕНИЯ

– ГАА УНУШТЕР	239
Дикий лук	240
Маңгырзын	242
Согуна	242
Хылба	243
Көвүрген	244
Кулча.....	245
Солаңга.....	246
Инек-кулчазы	247
Хой-кулчазы	247
Койнут	247
Изиг оът.....	248

НАПИТКИ.....249

Чай по-тувински	250
Что такое чай?	250
Кирпичный чай	252
Чай в Туве	253
Посуда для чая	254
Чемиктирер	254
Варка чая	256
Дус	257
Сүт.....	257
Чудан шай	258
Ритуальность	259
Хымыраан	259
Ааржи, шейдем	260



Березовый сок и чай	261
Берёзовый сок — чулук, хадың чулуу.....	261
Чай из листьев березы — хадың бүрүлеринден шай	262
Чай из камеди — чүлдү шай	262
Черлик-шай	262
Бадановый чай — өрүглүт оьттан шай	264
Лиственничный чай — кызыл-шай.....	265
Карагановый чай — хараган картындан шай	268
Чай-болотник — тулаа шай	269
Шиповниковый чай — ыт-кады шай.....	269
Зопниковый чай — тоглаң шай.....	270
Гераневый чай — сугмаңгырдан шай.....	270
Соль	271
БЛАГОДАРНОСТИ	76
ФОТОМАТЕРИАЛЫ	277
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....	278
СПИСОК ИНФОРМАТОРОВ	287
ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПРЕДМЕТНЫЙ УКАЗАТЕЛЬ	288
АЛФАВИТНЫЙ ПРЕДМЕТНЫЙ УКАЗАТЕЛЬ	303



СПИСОК ТАБЛИЦ

Таблица 1. Состав молока домашних животных в Южной Сибири	19
Таблица 2. Посуда, имеющая отношение к араге	51
Таблица 3. Ягоды Тувы и их использование	221
Таблица 4. Виды дикого лука, используемые в питании	241
Таблица 5. Тувинские металлические котлы и ёмкости разного предназначения	255
Таблица 6. Содержание питательных веществ в заболони светлохвойных деревьев	266
Таблица 7. Посуда и ёмкости из дерева разного назначения	273
Таблица 8. Посуда и различные ёмкости из животного материала	275

